

BLOQUE: Cuerpo y Movimiento

UNIDAD: Gimnasia Deportiva

SESION: 06

2^{do} ciclo :**CICLO**

3^o :**NIVEL**

MATERIAL: bancos suecos y colchonetas.

ORG. ALUMNOS: individual, parejas, equipos y gran grupo.

OBJETIVOS:

1. Consolidar la voltereta hacia delante, la voltereta hacia atrás, el pino y la rueda lateral.
2. Avanzar en la práctica del Acrosport.
3. Adquirir y respetar normas de seguridad.
4. Perder el miedo al contacto físico.

TEC. ENSEÑANZA: Asig directa y Res de Problemas.

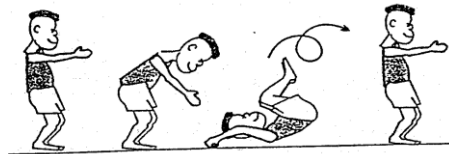


ANIMACIÓN

1. **Torito en Alto.** Uno la queda. El resto, para que no ser cogido, deben subirse en los bancos.

PARTE PRINCIPAL

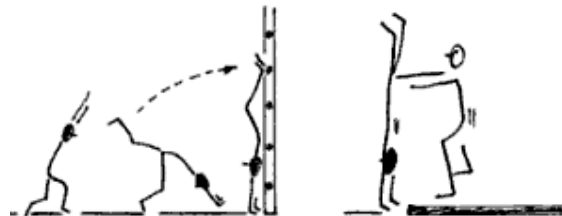
1. **Voltereta hacia delante.**



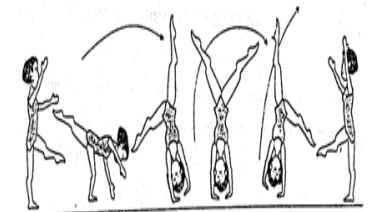
2. **Voltereta hacia atrás.**



3. **El Pino con apoyo y en el aire.**



4. **La Rueda Lateral.**



5. **Acrosport.** Realizar las diferentes figuras de Acrosport que se vayan proponiendo.



VUELTA A LA CALMA

1. **Adivina la letra.** Por parejas, uno se tumba boca abajo. Su compañero, se dibujará una letra en la espalda. El que está tumbado tiene que adivinar la letra marcada.
VAR: números, formas, etc.